

21.11.2022 Poniedziałek

Obiad

Pierwsze danie

Zupa ogórkowa z ziemniakami (Alergeny: Mleko, Seler)	263 g	217 kcal
chleb mieszany (Alergeny: Zboża zawierające gluten)	25 g	62 kcal

Drugie danie

leczo z kiełbasa (Alergeny: Zboża zawierające gluten)	165 g	32 kcal
ryż gotowany na sypko	170 g	270 kcal

Napój

kompot owocowy	154 g	25 kcal
----------------	-------	---------

Deser

banan	180 g	171 kcal
-------	-------	----------

22.11.2022 Wtorek

Obiad

Pierwsze danie

Zupa jarzynowa z makaronem (Alergeny: Mleko, Seler)	269 g	208 kcal
chleb mieszany (Alergeny: Zboża zawierające gluten)	25 g	62 kcal

Drugie danie

stek wieprzowy z cebulką	100 g	453 kcal
sałatka z sałaty lodowej i marchwi (Alergeny: Mleko, Gorczyca)	120 g	59 kcal
ziemniaki gotowane z koperkiem (Alergeny: Mleko)	242 g	216 kcal

Napój

herbata owocowa 156 g 39 kcal

Deser

pomarańcza 200 g 88 kcal

23.11.2022 Środa

Obiad

Pierwsze danie

Zupa ryżowa na mięsie 252 g 113 kcal

(Alergeny: Seler)

chleb mieszany 25 g 62 kcal

(Alergeny: Zboża zawierające gluten)

Drugie danie

udko z kurczaka pieczone 152 g 252 kcal

marchew gotowana 100 g 129 kcal

ziemniaki gotowane z koperkiem 242 g 216 kcal

(Alergeny: Mleko)

Napój

lemoniada cytrynowa 165 g 107 kcal

Deser

gruszka 160 g 86 kcal

24.11.2022 Czwartek

Obiad

Pierwsze danie

Zupa szczawiowa z jajkiem i z ziemniakami 186 g 103 kcal

(Alergeny: Jaja, Mleko, Seler)

chleb mieszany 25 g 62 kcal

(Alergeny: Zboża zawierające gluten)

Drugie danie

makaron z sosem bolońskim i serem (Alergeny: Zboża zawierające gluten, Mleko)	300 g	544 kcal
--	-------	----------

Napój

kompot owocowy	154 g	25 kcal
----------------	-------	---------

Deser

jabłko	120 g	55 kcal
--------	-------	---------

25.11.2022 Piątek

Obiad

Pierwsze danie

Zupa krupnik na mięsie (Alergeny: Zboża zawierające gluten, Seler)	214 g	120 kcal
---	-------	----------

chleb mieszany (Alergeny: Zboża zawierające gluten)	25 g	62 kcal
--	------	---------

Drugie danie

kotlet z dorsza mielony (Alergeny: Zboża zawierające gluten, Jaja)	100 g	198 kcal
---	-------	----------

surówka z selera z płatkami migdałowymi	100 g	163 kcal
ziemniaki gotowane z koperkiem (Alergeny: Mleko)	242 g	216 kcal

Napój

herbata z cytryną	230 g	25 kcal
-------------------	-------	---------

Deser

jogurt owocowy (Alergeny: Mleko)	140 g	135 kcal
-------------------------------------	-------	----------
